

# Traum von einer Feier am Strand

Claudio Biderbost von der Armsport-Gruppe «Bonsai» Ricken versucht sich im Bankdrücken für die Paralympics in Rio 2016 zu qualifizieren. Am Wochenende gibt er sein Debüt an den Deutschen Meisterschaften.

URS HUWYLER

**SPORT.** Irgendetwas kann nicht stimmen. Claudio Biderbost (Ricken) wurde im September 1968 geboren. 1998 erlitt der gebürtige Walliser bei einem Autounfall am linken Bein derart schwere Verletzungen, dass er seither eine Prothese tragen muss. 15 Jahre später versucht sich Kraftsportler Biderbost erstmals für die Paralympics zu qualifizieren. 2016 in Rio de Janeiro (Brasilien) möchte der 178 Zentimeter grosse, rund 95 Kilogramm schwere ehemalige Elite-Armdrücken der Schweizer Delegation angehören. Wieso strebte er nicht früher eine internationale Karriere an? Diese Frage drängt sich bei der seltsamen Planung geradezu auf.

Beim Thema «Spätberufener» steigt Claudio Biderbost fast die Mittagsröte ins Gesicht. «Ich habe gar nicht gewusst, dass Bankdrücken eine paralympische Disziplin ist. Niemand hat mich darauf hingewiesen. Nur durch Zufall bin ich bei einem Wettkampf darauf gestossen. Die verpassten Chancen ärgern mich schon», gibt er unumwunden zu. Und spricht indirekt ein Problem des Behindertensports an: Viele wissen gar nicht, welche Disziplinen Sportlerinnen und Sportler mit einem Handicap betreiben können.

## Paralympische Premiere

Lange über das System zu diskutieren bringt in seiner Situation nichts (mehr). «Gas geben und Gewichte stemmen» lautet deshalb die Devise. Am Wochenende möchte der mehrfache Schweizer Meister irgendwo zwischen Frankfurt und Köln an den Deutschen Meisterschaften starten. Das wäre der erste wirkliche paralympische Auftritt, denn Bankdrücken unterscheidet sich im Behindertensportbereich in einigen Punkten von jenem anderer Verbände. «Ich bin auf die Atmosphäre, die Stimmung gespannt, möchte einen ersten Eindruck gewinnen», erklärt der ehemalige



Bild: Urs Huwyler

**Claudio Biderbost** stellt seinen zuletzt gewonnen Pokal von der Ostschweizer Meisterschaft zu den anderen Auszeichnungen.

Radrennfahrer und Halbmarathon-Läufer.

Danach wird er wissen, ob die Paralympics-Selektion ein Selbstläufer werden könnte. «Nach der jetzigen Einschätzung und ersten Gesprächen verfügt Claudio über das Potenzial, um sich für Rio zu qualifizieren. Aber bis 2016 kann noch viel passieren», sagt Christof Baer, der als Chef Spitzensport von «Plusport Behindertensport Schweiz» als Chef der Mission in Rio dabei sein wird. Wie schnell sich die Situation ändern kann, zeigten die letzten Tage: Erst wurde Claudio Biderbost Ostschweizer Meister und gewann einen weiteren Pokal für seine Sammlung, dann wurde er krank (Grippe) und der Start in Deutschland

schien gefährdet. Derzeit fühlt sich der Vizeweltmeister von 2012 in seiner Klasse wieder besser.

## Bodybuilding-Athlet

Bankdrücken lässt sich als «Gewichtheben in der Liegendposition» (Beine können nicht eingesetzt werden) beschreiben. Ursprünglich plante der gelernte Elektromechaniker und spätere Absolvent des Technikums Rapperswil («Deshalb bin ich in die Region gekommen») einen sportlichen Aufstieg als Gewichtheber. Durch den Unfall platzten die Träume des diplomierten Ingenieur HTL. Die zweite Liebe gehörte dem Armdrücken und dem Bodybuilding. Der einst eher schmächtige Wahl-Rickener legte

an Muskeln zu. Beide sportlichen Aktivitäten hat er inzwischen aufgegeben, trainiert aber weiterhin beim «Armsport Team Bonsai».

Daneben vertreibt er Nahrungsergänzungsprodukte der Nutriforce GmbH. Kraftsport in Verbindung mit irgendwelchen Büchsen und Kapseln lässt bei manchem Sportfreund die Alarmglocken läuten. «Ich kenne die Vorbehalte und werde immer wieder darauf angesprochen oder angemacht. Doch ich versuche nicht darauf einzugehen. Es bringt ja nichts. Auch im Hinblick auf die Paralympics werde ich regelmässig getestet. Es bleibt kein Spielraum, um irgendetwas auszuprobieren. Ich trainiere täglich, möchte die Selektion aus

eigener Kraft schaffen», betont Biderbost. Momentan stemmt er ohne an die Grenzen gehen zu müssen rund 165 Kilogramm.

Leicht dürfte es nicht werden, sich für Brasilien zu empfehlen und die Limiten zu erreichen. Auch die Oststaaten und andere Gewichtheber-Hochburgen rüsten auf. Zudem besagen die Richtlinien, dass eine Top 8-Klassierung möglich sein muss. Vor Jahren wäre es einfacher gewesen. Aber da wusste Claudio Biderbost noch nicht, dass Bankdrücken an den Paralympics ausgetragen wird. Der Traum, am Sandstrand von Rio als Neuling, Spätzünder und Quereinsteiger eine Spitzenklassierung feiern zu können, lebt trotzdem.